

La importancia del *training* para ser actor teatral total

The Importance of Training to be a Total Theatrical Actor

Rosalba Lizbeth Andrade-Esparza * rlae.abc@gmail.com

Universidad Autónoma del Estado de México, México

Resumen: La vida consiste en la toma de decisiones las cuales son parteaguas en la instauración de los cimientos que dan sentido al ser ¹ y al hacer. Este artículo versa sobre la importancia de la vocación y, en el caso de elegir ser actor, lo que conlleva su ejercicio profesional, así como la preparación íntegra y el entrenamiento actoral conocido como *training*, ² en los campos físico, mental, emocional y espiritual. Este tipo de entrenamiento es esencial, pues permite un desarrollo mucho más pertinente de la actividad del actor que es fundamental para la creación escénica.

Palabras clave: Actor, Teatro, Training, Vocación, Cuerpo holístico.

Abstract: Life is a decision-making process, which serves as a watershed in the definitions that give meaning to being and doing. This article deals with the importance of vocation, and in the case of choosing to become an actor, what entails in the professional exercise, as well as the full preparation and the acting practice known as training, in the physical, intellectual, emotional and spiritual fields. This type of training is essential because it allows a relevant development of the actor's task, that is fundamental to creation in the performing arts.

Keywords: Actor, Theatre, Training, Vocation, Holistic Body.

Introducción

Contribuciones desde Coatepec, núm. 31, 2016

Universidad Autónoma del Estado de México, México

Redalyc: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28150017010>

Los hechos del ser humano, trascienden al ser humano mismo

Carlos Robles, *Drama holista*

Una misión

A lo largo de la historia, el ser humano ha estado en constante evolución. Su crecimiento se ha logrado gracias al aprendizaje adquirido durante el desarrollo en el ambiente que lo rodea, así como a las personas que influyen en su educación, su pensar y su actuar. La composición que lo integra totalmente depende de su historia de vida: qué es lo que lo hace ser y existir para que su esencia pueda trascender y dejar una huella en el mundo.

El epígrafe con el que da comienzo este apartado acierta al decir que los humanos son los generadores de su historia, pues estos son una fuente de conocimientos; por tanto, tienen gran responsabilidad con la sociedad y su entorno. El hombre ha aportado bastante al mundo, pero muchas veces faltan más acciones innovadoras que ayuden a mejorar su contexto; así, los seres humanos aportan un “granito de arena”, el cual repercute en todo su entorno por mínimo que este sea.

Sobre la responsabilidad del hombre relacionada con la toma de decisiones en su contexto, es importante mencionar el concepto de *vocación*. Este término procede del latín *vocāre* que significa *llamado*, lo cual provoca en sí una idea un tanto mística. Cada ser posee una misión en la vida, algo que forma parte de su esencia y sentido. Existe un

objetivo para cada ser humano; no es el mismo para todo el conjunto, ya que a cada ser lo determinan sus características e ideales, los cuales le ayudarán a tomar una decisión para su futuro. Puede existir talento o no, pero la vocación conlleva una responsabilidad de preparación y constante aprendizaje para llevar a cabo un trabajo óptimo y fortalecido, de ahí la elección de determinada profesión u oficio.

Posteriormente, el hombre se prepara para una consagración: ¿Qué necesita de mí la Tierra?, ¿qué necesitan los habitantes del planeta?, ¿qué puedo brindarles?, sin olvidar: ¿Qué quiero yo? Para ello, se consideran aspectos significativos en la elección de alguna ocupación: los intereses personales, prioridades y riesgos. Sin embargo, permanece una reflexión constante dentro y fuera del ser, ya que en cualquier instante se presentan oportunidades que pueden variar y poner a prueba lo que este desea.

Fuente de conocimientos

La Universidad, como institución pública, aporta conocimientos y experiencias que repercuten en la vida del hombre, ya que esta es un recinto de vínculo de ideas donde existe una apertura con la que se adquieren múltiples visiones del cosmos; ahí confluyen personas únicas, quienes persiguen objetivos específicos y comparten reflexiones en pro de entendimiento y retroalimentación. Posteriormente, las aportaciones realizadas son integradas a una fuente de conocimientos que serán compartidas a diversas generaciones.

Con la creación de las Universidades se da paso a la experimentación y la búsqueda de saberes con poca censura, y se posibilita cierta libertad del hombre. Tanto alumnos como maestros comparten conocimientos, a pesar de que existen diferentes grados de preparación. Por jerarquización y modelos de enseñanza, el guía, que es el maestro, es quien lleva la batuta en el camino, pero la expansión del conocimiento hacia sus estudiantes produce un aprendizaje mucho más enriquecido para ambas partes. En este sentido, todos los miembros de la comunidad alguna vez han aprendido y, en su momento, enseñado.

En el enfoque de las humanidades se busca la interacción de todos y cada uno de los elementos del cosmos para comprender a la sociedad a la que el ser pertenece; además, se pretende encontrar un sitio propio y una función determinada. Dicha idea se complementa con la aportación de Raúl Zermeño ³ en su artículo “La enseñanza en el teatro” (1995), en donde el autor explica que: “De esta interacción dependen la armonía y la afirmación de nuestra pertenencia a un cosmos, al cual deberemos enriquecer con nuestras diferencias, transformándonos en *perpetuum movile* [sic], y el espíritu hable por la raza”. La expresión por medio del arte otorga al hombre plenitud para nutrir y transformar.

La Universidad es una de las principales instituciones encargadas de la divulgación de la cultura; por tanto, le corresponde realizar esta labor día a día, ya que es parte de su responsabilidad con la sociedad. Con esta acción se promueve la formación, investigación y creación en las Facultades y, en el caso de las Artes Escénicas, la preparación de los intérpretes y artistas.

¿Qué papel tiene el arte en el mundo? Uno de gran importancia ya que es fundamental en la comunicación del ser humano, pues este posee

un lenguaje universal que sobrepasa idiomas y culturas; asimismo, es un reflejo de la vida para comprender lo que fue, lo que es y lo que será. Dicha totalidad permite contemplar y concientizar para, posteriormente, transformar.

Algo esencial en el desarrollo del hombre es la necesidad que tiene este por aprender. Dentro del ámbito teatral, durante la preparación actoral es vital poseer “hambre de conocimiento”, expresión que podemos encontrar en escritos de Eugenio Barba.⁴ Esta idea hace referencia a lo que se quiere realizar en la vida, pues se inicia a partir de una necesidad, que está ligada en armonía con la misión a cumplir.

El talento y la vocación van encaminados hacia la realización de un proyecto de vida, donde el primero se debe potenciar. En diversas ocasiones este se podría confundir como producto de espontaneidad e imaginación; sin embargo, aunque estas ideas son válidas, es importante resaltar que el desarrollo adecuado del talento permite un crecimiento significativo, “porque el talento que no se cultiva, se pierde” (Tourón, 2012).⁵

Los proyectos realizados dentro de una educación formal van acompañados de trabajo y estos deben partir de la disciplina. El talento se enriquece con trabajo constante; sin embargo, este desarrollo se pone en riesgo ante los cambios físicos o mentales que el ser enfrenta, aunque no existe un culpable, pues el cuerpo tiene sus propios ciclos naturales de vida. Pese a los cambios, el “hambre” puede acechar a un ser siempre y cuando exista esa necesidad, ese entusiasmo⁶ y disposición al encuentro del ser con su llamado.

Ser actor

El actor es comunicador, creador de personajes: metáforas del ser. Cada uno elige en qué tipo de actor desea convertirse de acuerdo al cometido que quiere profesar. Las definiciones de los tipos de actores que señala Nicolás Núñez⁷ poseen un enfoque muy cercano al de Jerzy Grotowski;⁸ Núñez propone la categorización de “actor sagrado” y “actor profano”. El primero se define como un vehículo de indagación personal; mientras que el segundo posee un objetivo dirigido hacia el entretenimiento y la venta. El investigador aclara que ninguna de las dos categorías es mejor o peor: todo depende de la decisión del actor. En el mismo sentido, David Le Breton en “Lo imaginario del cuerpo en la tecnociencia” (1994: 205) expresa: “Cuanto más pierde el cuerpo su valor moral, más aumenta su valor técnico y mercantil”; esta aportación coloca en evidencia uno de los puntos a los que se enfrenta la ética del actor: ser un actor preparado e integral *versus* poseer una imagen *star system*.

Aunado a lo anterior, la elección oportuna del tipo de actor que el estudiante desea ser en su formación universitaria le permite obtener una identidad como futuro licenciado, más allá de encasillarse como teatrista o teatrero, además de que se adquiere un compromiso con la sociedad, pues se desarrollan competencias personales, se configura una consciencia para enfrentar la realidad y se obtiene una visión crítica del mundo, así como diversas herramientas en el desarrollo del proceso educativo.

Búsqueda del *todo* ⁹

Para que una comunidad tenga un funcionamiento óptimo, requiere de diversos sistemas que se encarguen de administrar los roles sociales y las actividades a realizar, los cuales no pueden funcionar solos: uno necesita del otro para mantener una buena estructuración y equilibrio.

No obstante, en la actualidad el ser se ve envuelto en la separación del todo; por tanto, prepondera la individualidad y la contraposición con la idea principal del *holos*, ¹⁰ cuyo resultado ha sido la automatización, es decir, apostar por lo simple, lo funcional y lo fácil (sin que necesariamente esto sea negativo), lo cual ocasiona inestabilidad y desaprovechamiento de infinidad de recursos a nivel tanto particular como social.

En relación con lo anterior, Carlos Robles en *Drama holista* (2006: 23-27) propone la idea de *fraccionalidad del ser humano*, la cual es definida como la configuración de una realidad con base en pedazos de vida, de experiencias en las que no se puede profundizar. Asimismo, el autor afirma que los campos de especialización que se dedican a estudiar al ser no permiten una interacción social, ya que la cultura en la que el hombre se ha ido desarrollando en los últimos años propicia la separación de todo aquello que lo conforma. El manejo de los medios de comunicación se encuentra sin una plataforma sólida que los sostenga, lo cual impide cumplir con los objetivos que estos medios perseguían en sus orígenes.

Otro término relacionado con este tipo de fragmentación lo aborda Le Breton, quien acuña la expresión *dualismo*; al respecto, el autor menciona que la problemática no se halla en la división de mente y cuerpo, sino en la del hombre con su cuerpo, al ser este último un objeto moldeable; se presenta una “disociación del hombre y su carne”, noción que surge desde la perspectiva de los anatomistas, en cuya ideología existe la ruptura del hombre con su cuerpo, ya que lo analizan de forma más estructural que constitutiva: “un cadáver”, una máquina humana que se conforma de sistemas para realizar tareas específicas dirigidas a objetivos limitados (Le Breton, 1994: 203).

Esta fragmentación es análoga al funcionamiento de una sociedad, pues para que esta tenga un funcionamiento óptimo requiere de sistemas que se encarguen de las distintas ocupaciones del hombre de acuerdo a su naturaleza y a sus actividades cotidianas. Analicemos la influencia que surge de lo particular a lo universal y viceversa: se parte de lo que el hombre es, elige y realiza, para después integrarlo con otras personas y sus características, a partir de lo cual se conforma un conjunto cuyo funcionamiento otorgará equilibrio, desarrollo y conocimiento.

Sin embargo, de acuerdo a las problemáticas suscitadas en la actualidad, las ideas antes planteadas no han influido en los individuos para que estos busquen la realización de actividades que favorezcan el desarrollo de la comunidad, sobre todo en el ámbito artístico; por ende, esta área se ha relegado debido a que una gran parte de los seres humanos declinan la difusión artística ante las presentes circunstancias económicas, en las cuales no vislumbran un futuro que los beneficie personal y profesionalmente.

Asimismo, estas decisiones se ven reflejadas en la disminución de la realización y el consumo de actividades de índole artístico en diferentes zonas del país, donde las estadísticas ¹¹ muestran un detrimento de participación en este tipo de acciones. La cultura se ha desvalorizado a pesar de representar una herencia humana, y se ha perdido aunque es parte de la identidad que hace a los seres reconocerse y distinguirse.

La cultura forma un vínculo con el hombre a partir del cual se exponen formas de pensar y de vivir de diferentes individuos, pues brinda diversidad de esencias que dan sentido a la existencia. Este patrimonio se ve rezagado cuando las instituciones públicas no aceptan la importancia que este posee como parte de la formación integral; por tanto, sería relevante fomentar la *animación sociocultural*, definida por la UNESCO como “el conjunto de prácticas sociales que tienen como finalidad estimular la iniciativa y la participación de las comunidades en el proceso de su propio desarrollo y en la dinámica global de la vida sociopolítica en que están integrados” (Muñoz, 2012).

Además, J. A. Simpson, retomado por Muñoz Corvalán en su artículo “La cultura en la sociedad actual” (2012), afirma que la importancia de esta animación sociocultural radica en el estímulo a la actividad mental, física y afectiva en los integrantes de la sociedad, ya que incita a “emprender diversas actividades que contribuyan a su expansión, les permitan expresarse mejor y les den el sentimiento de pertenecer a una colectividad cuya evolución puede llevar a cabo”. Ese sentido de pertenencia es de gran relevancia, pues permite estar en comunión, cuidarse unos a otros, así como construir distintos tipos de cultura para combatir diversas problemáticas que se viven en la actualidad.

En proceso...

Cuerpo revelador, principal instrumento del actor

¿Qué se aprende más allá de la técnica? El actor se descubre en ella, aprende a conocer mejor su cuerpo y sus bloqueos, explora las leyes del movimiento (equilibrio, tensión, ritmo) e intenta siempre extender sus límites. “El teatro y el trabajo del actor son para nosotros una especie de vehículo que permite realizarnos”, dice Grotowski. Este aprendizaje pasa por un conocimiento del cuerpo propio y sus límites, por supuesto, con el fin de extenderlos, pero también pasa –sobre todo– por un trabajo sobre sí mismo.

Carol Müller, *El training del actor*

El epígrafe lanza una de las preguntas fundamentales para esta investigación: ¿Qué importancia tiene el cuerpo del actor? El cuerpo es el principal revelador de la identidad y lo que la conforma. El trabajo sobre este es fundamental para el creador escénico, ya que permite obtener claridad en la representación, o bien, en la comunicación establecida con el espectador y el intercambio de códigos que se están generando dentro de un ejercicio artístico: “Esta estructura en movimiento tendría que contar/narrar/expresar la historia independientemente del texto verbalizado” (Arreola y Alfonso, 2014: 29).

La influencia que han tenido los medios de comunicación en el aspecto corporal ha afectado la concepción de este; el cuerpo es considerado como un accesorio para el humano, es decir, un empaque de presentación que le

proporciona “identidad”, una idealización física que se busca de acuerdo a las leyes estéticas que rigen en la actualidad o las modas impuestas basadas en la cosmetología y la tecnología, las cuales llevan al hombre a olvidarse de la propia naturaleza con la que fue concebido, al creer que ese cuerpo transformado puede otorgarle una identidad distinta, en donde una marca impregnada en la piel lo hace sentir completo o diferente (Bossio, 2013: 4).

Otro de los problemas contemporáneos más relevantes es la dominación del cuerpo por elementos externos, en donde no existe libertad de expresión ni desarrollo. Por ejemplo, en lo que ahora es el mundo virtual, el hombre no se da cuenta de que su identidad se va disolviendo al entrar a un lugar inexistente, en donde hay una sustitución de la imagen física por una pantalla, y la voz por palabras escritas, en donde queda muy poco a la imaginación. La calidad de la imagen hace que la percepción del espectador sea moldeada de tal forma que este llegue a creer que la verdad está presente, y justifica de forma positiva el uso de tales recursos.

En una postura personal, descarto totalmente la idea de que la tecnología no es útil. Lo que propongo es valorar las habilidades que el ser humano posee y no emplear la tecnología solo para fines lucrativos. Si ambas partes trabajan de manera conjunta se pueden conseguir resultados que trasciendan a los cánones ya establecidos, para apostar por nuevos modelos artísticos.

La ficción puede presentarse a través de diversos medios. Uno de ellos es el cine, por ejemplo, el cual pertenece a las Bellas Artes y, sin duda, apasiona y reconforta bastante, al igual que el teatro. No existe afán de reemplazar o comparar uno con el otro, pues cada arte posee su lugar. Sin embargo, valoro en mayor grado el acto presencial y la energía que se genera en una sala o foro teatral gracias a la comunicación de un actor con el espectador. Ante las problemáticas expuestas, es necesario revalorar la esencia y el sentido del cuerpo humano y sus capacidades para entender la importancia de este en representación artística.

La ficción es “La creación de un universo simbólico representativo” (2009),¹² una abstracción de la realidad hecha verdad, y el actor como metáfora del ser en el espacio creado. El hombre está conformado de elementos complejos que en conjunto son definidos como cuerpo holístico: físico-corporal, cognitivo, emocional y espiritual trascendente (Robles, 2006: 49-50). Para la creación de universos complejos se considera valiosa la participación del actor y la muestra de su naturaleza y lo que lo conforma; lo inimaginable puede hacerse presente gracias a la ficción, a la verdad y al enriquecimiento personal de quien es capaz de realizarlo, o bien, posee “hambre” de llegar a más:

los signos del cuerpo no deben permanecer anclados a sí mismos, circunscritos en sí, sino que deben significar *a través* del mundo, y mi cuerpo y la percepción constituyen una totalidad armónica y expresiva. Aquí entra nuevamente la subjetividad, que aparece gracias al movimiento abstracto, de reflexión, introduciendo, al mismo tiempo, sobrepasando a la actualidad, lo virtual propio de lo humano (González, 1991).

Las técnicas del cuerpo son actos tradicionales y eficaces que se han conservado y transmitido culturalmente. Estas han dado pauta a las aptitudes encontradas en la danza y la música. Desde una perspectiva contemporánea, existe fusión entre la danza y el teatro como prácticas tradicionales y rituales, ya que la actuación y el movimiento están correlacionados, de ahí el manejo de energías similares (Arreola y Alfonso, 2014: 24); es decir, las técnicas cotidianas del cuerpo en la escena, al invertir otro grado de energía, se transforman en técnicas extracotidianas.

Con lo anterior, Marcel Mauss, citado por Hilda Islas (1995: 153-161), propone que el primer instrumento técnico del ser humano fue el cuerpo, en donde las necesidades biológicas y los procesos comunicativos le dan principios de significación. Esta serie de actos que incorpora el individuo desde la infancia, y la integración de técnicas colectivas y tradicionales, los efectuamos a partir de mimesis o de manera inconsciente. Es así como acciones y conductas van más allá de movimientos mecánicos, y permiten a los individuos expresarse y comprenderse no solo con el lenguaje verbal.

La sociedad moderna percibe al cuerpo como un objeto alejado del “yo”, que debe ser entrenado y disciplinado para operar eficientemente y responder a las necesidades que se exigen. En el caso del teatro, los directores, coreógrafos o actores, en ocasiones manipulan su esencia en lugar de permitir su autonomía, su libertad y el fluir de la acción creativa. Esto también depende de cierta problemática pedagógica. Al respecto, Elka Fediuk expresa: “Me entrenaron para seguir a un director, no para crear” (2014); estas situaciones problemáticas se dan mayoritariamente por la necesidad de resolución inmediata de dificultades en producciones que son cortas y rápidas. Pocas veces se invierte en la creación artística de calidad, la cual trae consigo virtuosismo y disciplina.

Existe abandono de las raíces esenciales que constituyen una formación profesional clásica al pensar que estas no son útiles, y por tanto, el conocimiento se ve rezagado. Esto significa la eliminación de la herencia teatral ancestral que, lejos de tener una apertura hacia otras poéticas para la formación y transdisciplinariedad, se va limitando para llegar a un dominio de una sola poética, con lo cual logra una esencia superficial al no integrar todo aquel legado que se ha dado en la historia del teatro.

Eugenia Vargas en su ensayo “El retorno al cuerpo original” (2013: 24) cita al maestro Tatsumi Hijikata con la frase: “es indispensable dejar la piel de nuestro cuerpo que ha sido domado y domesticado”. Comenta que al ser un animal domesticado, el cuerpo ha pasado por una disciplina que oculta instintos e impulsos a causa del sometimiento. Es necesario obtener acceso a esa parte suprimida culturalmente, la cual es natural, para reconocer lo que compone al ser: desaprender para crear a partir de la nada y despertar al ser salvaje, instintivo y creativo, así como tener la concepción del cuerpo como parte integral del ser en donde cabe una comunión total con los ámbitos cognoscitivo, físico, espiritual y emocional en el inicio de una formación, no solo teatral, sino de identidad propia, desde la niñez.

Se trata, entonces, de tener un cuerpo más limpio y transparente que pueda presentarse como vehículo de expresión pura. La cita de Merleau-Ponty recuperada por Eduardo González Di Pierro: “Sin mi cuerpo

no habría espacialidad” (1991) pretende explicar la función simbólica que tiene todo movimiento que se realiza, pues *ante la ausencia se hace presencia*, cuya representación constituye una totalidad armónica y expresiva que interrelaciona sensaciones y percepciones, las cuales se deben entrenar para poder complejizarlas conforme se avanza.

En concordancia con este artículo, es importante trabajar con la concepción del cuerpo holístico en el restablecimiento de las conexiones del cuerpo, mente y espíritu, para permitir que el actor establezca un vínculo que en su representación, sin ningún tipo de manipulación o control mental, proporcione un lenguaje orgánico, pues el trabajo del actor es a partir de su experiencia y proceso (Arreola y Alfonso, 2014: 26); en este sentido:

Todo se concentra en un esfuerzo por lograr la “madurez” del actor que se expresa a través de una tensión elevada al extremo, de una desnudez total, de una exposición absoluta de su propia intimidad [...] el actor se entrega totalmente; es una técnica del “trance” y de la integración de todas las potencias psíquicas y corporales del actor, que emergen de las capas más íntimas de su ser y de su instinto, y que surgen en una especie de “transiluminación” (Grotowski, 2009: 10).

A continuación mencionaré algunas propuestas metodológicas respecto al *training* que son enriquecedoras en la formación y ocupación del actor, ya que aportan herramientas que a lo largo de su vida serán de utilidad; además, no solo repercuten a nivel profesional, sino también en su estado personal.

Una de ellas es la de Jerzy Grotowski. Él propone eliminar bloqueos corporales que no permitan el desenvolvimiento del ejecutante escénico, para que el cuerpo obtenga una capacidad reveladora y el actor pueda construir su propio lenguaje psicoanalítico, es decir, crear el método que encarnará el *training* de su desarrollo personal. Se trata de un trabajo que gira en torno al actor, en donde exista una completa entrega y sacrificio de sus partes más íntimas hasta llegar a una *autopenetración*; este concepto es definido por Grotowski (2009: 21-48), quien explica que su significado está relacionado con la idea de la contemplación del hombre en sí mismo, la cual permite al actor poner en ejecución técnicas cambiantes y de altos niveles, así como llegar a una “santidad” de riqueza moral, y a una consciencia de la disciplina, autosacrificio y moldeado que le brinden la posibilidad de llegar más allá de los límites, para obtener una liberación, armonía y paz.¹³ Asimismo, es necesario estimular este proceso de autorrevelación al permitir ahondar en el inconsciente y canalizar impulsos en pro de reacciones, así como incitar el proceso creativo y convertirlo en signos que pueden ser llamados elementos *tonales o detonadores* los cuales permiten interactuar –dar y recibir–, aunado a la eliminación de resistencias y obstáculos dentro del ambiente en el que se desenvuelve el ser (Grotowski, 2009: 89).

Otra propuesta es el *ser holista* de Carlos Robles; en esta, el funcionamiento de los sistemas corporales es fundamental, por lo que no existe separación entre pensamiento, sentimiento o acción, sino una interacción entre los elementos que, al nutrirse unos de otros, interior y

exteriormente, conforman la realidad. Se recurre al ejercicio del “yo soy”: no aquello que se “tiene” que ser o hacer, sino “ser y estar” en esencia; ser una parte del cuerpo, un pensamiento, una emoción, etc. (Robles, 2006: 37).

Para complementar las propuestas anteriores, Hilda Islas (1995: 168-194) señala que las aportaciones expuestas por Michel Foucault pretenden dirigir la técnica del actor hacia el *código abierto*, el cual se enfoca en la búsqueda del “yo”; una exploración profunda, sin límites, que conlleva al descubrimiento y desarrollo de habilidades más allá de las establecidas entre seres distintos. Esta propuesta contrasta con el *código cerrado*, que busca una homogeneización para otorgar una disciplina limitada y dirigida hacia objetivos concretos.

En el caso de Le Breton, el autor presenta una confrontación de las diferencias entre un robot y un humano: este último es capaz de tener el control de su cuerpo, pero no solo de manera mecánica, sino de la complejidad que lo compone, a diferencia del robot que no tiene conciencia de sí. Ejemplo de ello en la actualidad es la concepción de las enfermedades, consideradas como simples defectos del funcionamiento de un órgano, un “mecanismo corporal” o abandono del alma, y se suele olvidar que puede provenir de algo más profundo en el ser: cierto comportamiento, actividad o actitud con la que alguien se desenvuelve en la sociedad (Le Breton, 1994: 197).

El cuerpo revelador permite la creación de formas y esencias, pues con el entrenamiento, definido con el término *training*, se puede ir más allá de la creación de un personaje; es decir, también el actor tiene la capacidad de crear espacios, figuras abstractas e incluso sensaciones nada simples, pues se adquiere una complejidad en la forma expresiva, con lo que se da un acercamiento mayor a la idea de “actor total”.

A pesar de que los términos *creación* y *construcción* llegan, en ocasiones, a ser entendidos como sinónimos, considero importante hacer hincapié en la diferencia existente entre ambos: en el caso del primero, este hace referencia a una totalidad, contrario al segundo, el cual se limita a una concepción intelectual y técnica. Los actores somos creadores al producir vida en el escenario; nos ayudamos de la *construcción* al ser investigadores: la historia, la psicología, la sociología, la antropología, la literatura y más ciencias son nuestras fuentes de conocimiento, sin olvidar que la realidad es la principal. Estos aspectos teóricos, sumados al ser del actor, en la praxis se van transformando en la creación. No es una simple imitación de algo o de alguien, pues existe una realidad en sí misma con el “aquí y ahora”.

¿Por qué *training* y no entrenamiento?

Es el primer día de trabajo el que determina el sentido del propio camino del teatro.

Eugenio Barba, *El arte secreto del actor*

Como creadores de la escena, los actores obtienen herramientas gracias a los diferentes métodos y técnicas que los profesores les dan a conocer a lo largo de su trayectoria académica. En el caso del programa de estudios de la Licenciatura en Artes Teatrales de la Universidad Autónoma del Estado de México, se trabaja sobre estos instrumentos, tanto teóricos

como prácticos, los cuales permiten desarrollar un método de trabajo eficaz para los proyectos escénicos que irán presentando en la vida actuarial, la cual exige una dedicación no solo temporal sino también de constancia.

Con la riqueza que concede dicho plan de estudios ¹⁴ en cuanto a las diferentes áreas de entrenamiento, se muestra claramente que se brinda a los estudiantes una formación como actores completos. Estas áreas son:

1. Teatrología: se abordan asignaturas como Historia de las ideas, Literatura y Espacio Escénico, cada una en determinadas épocas, así como el desarrollo y evolución del teatro en ellas.

2. Actuación: eje básico y fundamental en la formación del actor.

3. Ortofónico-musical: ejercicio de la parte vocal, tanto hablada como cantada, además se dan a conocer nociones básicas musicales.

4. Cuerpo y movimiento: entrenamiento físico con diferentes disciplinas, tanto dancísticas como deportivas, enfocadas a la escena.

5. Formación complementaria: no menos importantes, son herramientas que refuerzan el análisis, comprensión e interpretación de textos.

6. Producción Teatral: área fundamental donde se vierte todo lo aprendido en las áreas anteriormente mencionadas, cuyos resultados no solo son expuestos frente a una evaluación profesor-alumnos, sino a un público, primordial receptor de este arte.

En el proceso académico, se determinan objetivos específicos de manera regular en periodos semestrales, y se establecen códigos de actuación que son representados en exámenes y puestas en escena, los cuales se trabajan de acuerdo a la naturaleza del discurso que estos posean. Algunos ejemplos son el realismo mediante el método de acciones físicas que Raúl Serrano retoma de Stanislavski; los planteamientos de conductas arquetípicas con plantillas de personajes como en la Commedia dell'Arte, y su relación con el Siglo de Oro español; la propuesta de Dennis Diderot de llevar a cabo un método muy sistematizado en relación con la actuación del estilo neoclásico; la enorme apertura que proveen los distintos movimientos llevados a cabo en los siglos XIX y XX, hasta la actualidad, etcétera. El orden en que se enseñan estos códigos permite familiarizarse con el lenguaje y los conceptos teatrales principales.

Lo anterior es un gran recorrido por los periodos teatrales enseñados en la licenciatura; su aplicación en el contexto académico lleva a los estudiantes a cuestionarse: ¿se actuaba de esa manera en aquel tiempo? Los estudios arrojan diversas posibilidades, pues es vasto el conocimiento plasmado en diferentes investigaciones, las cuales proporcionan claridad en cuanto a las formas de expresión de épocas anteriores para que el actor pueda conocerlas, estructurarlas y ponerlas en práctica; por ejemplo, el conocimiento de posturas nada cotidianas como la danza clásica, o la desestructuración del actuar diario del cuerpo para hacerlo más moldeable y sensible, como en la danza contemporánea o la danza butoh (Barba y Savarese, 2009: 339).

En este sentido, es fundamental valorar el término *training*, que si bien se conserva como un conocimiento tácito dentro del área escénica, ya que no posee una traducción literal, se le ha concedido un significado

altamente acertado por algunas personalidades dentro del ámbito teatral, como se ha visto en el desarrollo de este artículo –Jerzy Grotowski y Eugenio Barba, por ejemplo–. Esta idea se ha extendido a estudiantes y ejecutantes que a su vez lo han considerado como un concepto que forma parte de los cimientos de su trabajo. Cabe destacar que dentro de la Licenciatura no se aplica dicha palabra literalmente, ya que cada maestro posee un lenguaje propio de acuerdo a su forma de trabajo, pero es indispensable mencionar que se direcciona al significado de este concepto.

Desde su aparición, el *training* encuentra una relación sumamente profunda con la práctica de ejercicios y su perfeccionamiento según Josette Féral: “a systematic instruction and exercise in some art profession, or occupation with a view to proficiency in it” (Müller, 2007:13).

¹⁵ Conforme pasa el tiempo, el teatro ha adoptado este término en su vocabulario, sobre todo en el lenguaje oral. Tardó un tanto para que apareciera en los libros de texto a pesar de que Grotowski, y posteriormente Barba, lo utilizaran en sus textos, y fue hasta 1985 donde la palabra “entrenamiento” cedió su significado al *training* (Müller, 2007: 13-15).

Es necesario complementar este concepto dentro del teatro ya que este no hace referencia solamente al entrenamiento físico. Grotowski propone al *training* como la preparación física del oficio para el crecimiento del actor, más de forma personal que profesional, y la conquista de una inteligencia física que existe gracias al control y seguridad corporal, que no solo basa su entrenamiento en ejercicios sino que domina algo más complejo y profundo, aquellos principios que hacen que el cuerpo del actor cobre vida en el escenario –poseer un cuerpo decidido, *cuerpo dilatado* es aspirar a poseer un *código abierto*– (Barba y Savarese, 2009: 347). En una entrevista realizada al maestro Grotowski (Meneghelli, 2012), este expresa de manera clara y concisa lo que la preparación del actor confiere: “El teatro es un instrumento antiguo y básico que nos ayuda con un solo drama, el drama de nuestra existencia, y nos ayuda a encontrar el camino hacia la fuente de lo que somos”.

Asimismo, se enfatiza que el cuerpo es la principal herramienta del actor. El cuerpo es el medio revelador de lo interno y externo. Por tanto, al ser imagen de todo lo que compone al ser, llámese emoción, pensamiento, sensación o espíritu, esta herramienta debe lograr una total disposición para la expresión. Esto conlleva a la necesidad de tener un entrenamiento en donde se permita que exista una comunión entre todos los elementos que constituyen al actor y conforman su unidad.

Con lo anterior se presenta la conexión cuerpo-mente en la que coinciden diversos caminos hacia un objetivo específico: el *cuerpo holístico*, del que se hizo mención anteriormente: “[...] la perfección del actor constituye un acto que trasciende los tibios actos de la vida cotidiana frente a los conflictos internos entre el cuerpo y el alma, el intelecto y el sentimiento, los placeres fisiológicos y las aspiraciones espirituales” (Grotowski, 2009: 92).

He aquí uno de los conceptos que Barba y Savarese (2009: 15) utilizan para la definición de *técnica*, sin dejar a un lado la conformación mente-

cuerpo: “[...] la antropología teatral es el estudio del comportamiento del ser humano cuando utiliza su presencia física y mental según principios diferentes de aquellos de la vida cotidiana en una situación. Esta utilización extracotidiana del cuerpo es lo que se llama técnica”.

Para Dario Fo, en el *Manual mínimo del actor* (1998), el trabajo actoral desarrolla la capacidad de resolución, improvisación y ejercicio en escena. Así como los facilitadores en las clases impartidas dentro del aula proporcionan técnicas, ejercicios y experiencias que se exploran y ejercitan en grupo, se debe detectar de manera individual qué técnicas son más útiles. Es un descubrimiento para los estudiantes que no solo ocurre en los inicios de la preparación, sino que permanece a lo largo de la carrera y permite reconocer aptitudes, actitudes, capacidades, resistencias, miedos y limitantes en los cuales debe trabajar, ya que son los que definen y dan esencia al actor en toda creación que realice.

Como se dijo al inicio, los seres humanos poseen una vocación, y en la elección de ser actores se descubre un talento natural, pero ello implica trabajar para desarrollarlo aún más. A partir de estas acciones podemos descubrir lo desconocido en el ser, obtener sorpresa al reconocerse –para sorprender es necesario sorprendernos a nosotros mismos–, entenderse para llegar a la transformación “[...] con base en la curiosidad, exploración, riesgo, desafío, rigor y la necesidad de tocar lo intangible” (Arreola y Alfonso, 2014: 54).

Se cita a continuación el análisis de Barba y Savarese (2009: 15) sobre el trabajo actoral que es el resultado de tres aspectos fundamentales que constituyen el campo de la preexpresividad:

1. La personalidad del actor, su sensibilidad, inteligencia artística y ser social, que lo hacen único e irrepetible.

2. La particularidad de las tradiciones y del contexto histórico-cultural a través del cual se manifiesta la mencionada y característicamente singular personalidad del actor.

3. La utilización de la fisiología según técnicas corporales extracotidianas. En estas se hallan principios recurrentes y transculturales.

Por tanto, se insiste en un entrenamiento “total” mediante pensamientos, imágenes, sensaciones y movimientos. Los anteriores términos están presentes todo el tiempo en el quehacer teatral y exponen una forma fácil de comprender la profesión. Estos conceptos hacen que el “aquí y ahora” proporcionen elementos esenciales que van a ser parte del entrenamiento del actor.

En la actualidad, las nuevas generaciones se enfrentan dentro y fuera de la escuela a condiciones poco favorables en cuanto a la gestión de espacios escénicos, por lo que la búsqueda de espacios alternativos y la resolución en escena sin elementos materiales escenográficos y técnicos van en aumento. Al respecto, Grotowski (2009: 13) expresa: “[...] el teatro puede existir sin maquillaje, sin vestuarios especiales, sin escenografía, sin un espacio separado para la representación (escenario), sin iluminación, sin efectos de sonido, etc. [Sin embargo,] No puede existir sin la relación actor-espectador en la que se establece la comunión perceptual, directa y ‘viva’”.

El *training* potencializa la expresividad al entrenar el cuerpo con base en ejercicios y experiencias, pues el actor habita su cuerpo plenamente y no lo convierte en un objeto que solo responde a indicaciones mecánicas. Alejandra Ferreiro retoma a Maurice Merleau-Ponty, y explica que habitar el cuerpo es “adquirir un punto de vista sobre el mundo, lo que permite crear relaciones entre personas y objetos del mundo y del propio yo, conocer lugares inaccesibles, no visibles de nosotros pero sí sensibles que permiten tocarse tocando” (Ferreiro, 2007: 32).

El fin es que el actor se transforme, que la utilización de sus gestos y su voz permita crear signos y símbolos en un espacio determinado. Posteriormente, emprenderá la comunicación con el espectador para llevarlo al entendimiento y comprensión, ya que este percibe sensaciones, emociones y pensamientos, con una participación activa o pasiva dentro del ejercicio escénico, tanto en la identificación como en la reflexión.

Con el *training* se alcanza una presencia física (Barba y Savarese, 2009: 341) la cual permite obtener la atención del espectador incluso antes de la acción, pues posee su energía concentrada hacia lo que se va a exponer. Son importantes las palabras de Grotowski en su texto *Hacia un teatro pobre* cuando menciona la riqueza que se obtiene con la pobreza del teatro, como por ejemplo lograr la “variedad infinita de relaciones entre el público y lo representado” (Grotowski, 2009: 14). Cada movimiento, mirada y dirección, más allá de las palabras, poseen un significado y eso es evidente frente a un espectador, al cual no se le miente fácilmente, pues él es un “lector de sentido, un cazador de narraciones vitales” (Arreola y Alfonso, 2014: 75).

Al actor se le exhorta a que posea un “método de trabajo” en cualquier acción que ejerza en escena; este debe implicar la observación, investigación, reflexión, exploración, experimentación, riesgo y juego. Es pertinente incluir dicho método dentro del *training*, ya que estará presente en la vida profesional y en el desarrollo de puestas en escena donde lo teórico y lo práctico van de la mano. El *training* comienza en los primeros días de preparación. Se adquiere un *ethos* #del griego *costumbre*# fundamental en el proceso de aprendizaje, y forma parte de hábitos frecuentes que brindan al actor un compromiso consigo mismo, así como características de su personalidad y su disciplina (Barba y Savarese, 2009: 342). Asimismo, Müller (2007: pp. 23-24) afirma que

Barba habla de la adquisición de un *ethos*, noción central para todos los reformadores del entrenamiento. “*Ethos* como comportamiento escénico, es decir, técnico, físico y mental; como ética de trabajo, como mentalidad modelada por el ambiente: el medio ambiente humano en el cual se despliega el aprendizaje”.

Los hábitos del *ethos*, presentados por Alejandra Ferreiro en “Cuerpo, disciplina y técnica: Problemas de la formación dancística profesional”, encuentran una relación estrecha con los objetivos del *training*. La exacerbación disciplinaria lleva al límite de la destreza (Ferreiro, 2007: 36) lo cual permite obtener condiciones óptimas de desarrollo (en este caso, del ser total).

Asimismo, se relacionan dos tipos de cuerpo que propone Merleau-Ponty en el texto *Fenomenología de la percepción* (1994: 101), que son el *cuerpo habitual* y el *cuerpo actual*: el primero hace referencia al entrenamiento regido por una sustentación en el cuerpo mismo y sus hábitos; en el segundo, se establece el juego del “aquí y ahora”, existen riesgos y apertura a desafíos y experiencias que llevan a la creación de nuevos universos.

En el mismo tenor, Arreola y Alfonso (2014: 14) retoman a Gary Peter y el significado de la *improvisación* que se encuentra presente todo el tiempo, el movimiento entre “la libertad y tradición, lo original y la renovación, entre preservar y destruir” lo que ya se conoce o se posee.

Tanto en la propuesta de Gary Peter, y los tipos de cuerpo planteados por Merleau-Ponty, se denota que el entrenamiento del actor debe implicar la tecnicidad y la sorpresa a cada instante, ya sea dentro o fuera de la escena. Dicho en otras palabras, hábito y experiencia son necesarios: hábito en el momento de la construcción, encadenamiento y sistematización; y la experiencia que nos provoca nuevas significaciones del universo que se plantea.

La definición de Franco Ruffini del *training*, citada por Müller (2007: 34), engloba los aspectos más importantes de este:

[...] el proceso artificial mediante el cual el actor se adapta al ambiente-escena”. El training es un trabajo “continuo, prolongado, coherente e independiente (en principio) de los espectáculos en el que el actor se compromete durante el mismo periodo. Los espectáculos competen a una escena específica; el proceso de adaptación, al ‘ambiente-escena’”, pero “en la práctica, el training se puede integrar al espectáculo, incluso puede ser su preparación”.

Palabras del maestro Raúl Zermeño aún resuenan en los oídos de varios de sus alumnos –y vaya que era un impacto al momento de escucharlas – pues en sus clases afirmaba que “se es actor las 24 horas del día, todos los días de la semana”. Aunque la idea parece exagerada, hay argumentos suficientes para defender esta postura. Es evidente que el entrenamiento del actor no comienza en los estudios de una licenciatura ni termina al egresar; tampoco inicia en un proyecto de puesta en escena y finaliza en una develación de placa; por obvias razones, no empieza en una función y se consuma en el acto final de una obra de teatro.

Es importante destacar la importancia de la entidad surgida por la unión del “ensayo” y la “función” que Arreola y Alfonso proponen en su trabajo escénico, pues hacen referencia a que no existe distinción tajante entre ambos términos (2014: 21). Esta premisa lleva a reflexionar el interés constante que el actor tiene al estar trabajando en un proyecto desde que inician los ensayos, el enamoramiento hacia el trabajo realizado, y la firmeza y persistencia con que se aborda en la representación, sea frente a un director o espectador.

La importancia de la continuidad del entrenamiento se encuentra en la disciplina que se posee como actor: ese rigor –término mencionado por el maestro Jesús Angulo–¹⁶ es mantenerse en constante riesgo, ocuparse dentro y fuera de escena, consultar teoría, y llevarla a la práctica. Es seguir

la idea de *improvisación*: “más que una metodología, la improvisación se asemeja a un método que busca y retrasa al mismo tiempo una verdad errante: un error riguroso que siempre mantiene una distancia de la verdad y su fascinación” (Arreola y Alfonso, 2014: 15).

Todo entra en juego: se realiza una creación psicológica o arquetípica, rasgos corporales, desarrollo emocional y cerebral mediante la *mente dilatada* a partir de la imaginación y la creación de ideas. Se elabora una esencia en espíritu que, al compartirla en escena con más compañeros, desarrolla relaciones que complementan el universo creado haciendo que siempre sea diferente, porque se mantiene vivo en comunicación interna y externa.

El *training* puede implicar el calentamiento para un espectáculo: “Nos estiramos, nos afinamos al mismo tiempo que el músico se afina” (Müller, 2007: 81); la ejecución dentro del espectáculo, el entrenamiento para proyectos y, en conclusión, la vida de actor en constante crecimiento y aprendizaje:

“labores” cumplen una función en el training tanto físico como mental porque prueban la cohesión del grupo, consolidan el sentimiento de pertenencia a una misma aventura, comprometen al esfuerzo, a la humildad, valorizan o revelan tal sensibilidad, tal cualidad que el trabajo escénico no habría podido sacar a la luz. Se tejen relaciones que probablemente no serían las mismas si los actores no trabajaran juntos más que en los ensayos (Müller, 2007: 86).

Para complementar las funciones del *training*, Richard Schechner en “El *training* en una perspectiva intercultural”, retomado por Barba y Savarese (2009: 343-344), menciona cinco aspectos que se ponen en juego para la creación actoral, en donde se utilizan elementos como la abstracción y la codificación, la importancia del ser y su intimidad que implica su pasado, presente y futuro, además de su naturaleza, y la relación individuo-grupo. Estos son:

1. La interpretación de un texto dramático donde el actor, al ocupar el papel de transmisor, debe procurar ser lo más transparente y claro.
2. Transmisión de un *performance text* que existe como red de comportamiento, en donde se dominan los componentes no verbales como se refleja en el teatro Noh en Japón; Kathakali, en la India; y el ballet clásico, por mencionar algunos. También considerada como sección de la partitura o dramaturgia del actor.
3. Difusión de secretos que implican unirse al pasado, a los demás mundos de la realidad en el presente, y a aprender y preservar los secretos de la representación para aplicarlos a futuro.
4. Expresión personal donde se expone al actor, su ser individual y único; se especializa en exteriorizar su interior, y adquiere en cualquiera de sus creaciones un carácter original y personal.
5. Formación de grupos donde existen vínculos fuertes y fieles, un crecimiento paralelo donde las individualidades complementan la unidad.

El producto del *training* da paso al máximo desarrollo de capacidades del actor, pues este, al perseverar en la reflexión y exploración de aquello

que lo compone, permite engrandecer su trabajo, descubrir una gama de posibilidades de expresión y enriquecer toda creación que realice a lo largo de su vida académica y profesional. En la escuela se brinda libertad para el descubrimiento del trabajo escénico y sobre qué trata este, con lo cual se posibilita la formulación de opiniones particulares. Existen guías, pero el trabajo es personal. Individualmente se forjan estructuras fuertes para, posteriormente, constituir una unidad sólida con los compañeros, y lograr resultados eficientes. El trabajo individual es benéfico cuando se plantean objetivos específicos, como en el significado que Barba y Savarese (2009: 340) otorgan al ejercicio, por ejemplo.

Ser y relacionarse con el mundo permiten al hombre enriquecerse de lo que tiene alrededor. Cuando se trabaja en pareja o en equipo, y se realiza la misma actividad, existe una colaboración con distintas visiones y se obtiene una perspectiva compartida. Cabe resaltar que, a pesar de que se posea una visión crítica e intuición sobre el trabajo que se realiza, es necesaria una visión externa. De ahí la importancia del trabajo con un guía: la valoración del maestro o maestro-director es fundamental.

Barba, retomado por Müller (2007: 18), realiza algunas anotaciones respecto al predominio del concepto de *maestro*, sobre *profesor*, ya que por misma pedagogía y experiencia, un maestro posee los conocimientos tanto de observación como vivenciales gracias a su trayecto recorrido dentro del ámbito, con los cuales guía al estudiante a transitar y descubrir tanto viejos como nuevos senderos. La retroalimentación en la escuela con un maestro y compañeros, con los que se reflexiona en torno a un ejercicio actoral y se comparten opiniones, es de suma importancia. En el caso de una obra teatral, es interesante conocer cómo el maestro-director concibe la idea general del universo y, con su equipo de trabajo, la distribuye para crear la ficción.

Es necesario tomar en cuenta que la serie de ejercicios que se realizan durante toda la vida no siempre van a ser los mismos, pues estos se van planteando de acuerdo a las necesidades surgidas en el momento. Así como el ser cambia en su trayecto de vida, el cuerpo y la mente exigen otras necesidades en diversos momentos: el conocimiento del mundo es concebido como algo infinito. También “El conocimiento de mí y de mi cuerpo es siempre provisional porque está en devenir, en permanente construcción: *en proyecto*” (Ferreiro, 2007: 35).

La técnica es otra de las partes esenciales en el entrenamiento; sin embargo, existe una lucha entre los actores con actitud pasiva que brindan respuestas mecánicas, aunque posean virtuosismo en la técnica, contra la formación de los actores dirigidos a la participación activa en la creación. Es necesario que estos tengan una percepción de cuerpo propio para poder manejarlo de manera positiva y en pro del crecimiento. Esto es primordial una vez que se conoce el cuerpo.

Dentro de la Licenciatura en Artes Teatrales se desarrolla consecutivamente el conocimiento en el área de Cuerpo y movimiento: la conciencia corporal, la preexpresividad, el cuerpo dilatado y el cuerpo decidido; los cuales deben mostrarse posteriormente en el área de actuación. La lucha mencionada en el párrafo anterior se refleja cuando

llega el momento en que se ven expuestas las propuestas de los actores en una obra teatral o en un ejercicio escénico, pues se ponen en riesgo al formular ideas novedosas en su trabajo, aunque esto no es necesariamente malo. En muchas ocasiones, al mantenerse firmes y en una zona de confort respecto a la técnica aprendida, da como resultado que la ejecución quede “bien” o “correctamente” realizada; pero el actor en proceso debe aspirar a rebasar su zona de confort no solo en el ámbito profesional, sino arriesgarse en la vida, buscar su autenticidad y trabajar con honestidad, disciplina y totalidad. En concordancia con la frase de Gloria Anzaldúa, citada por Arreola y Alfonso, (2014: 118-120): “Una zona de frontera es un lugar vago e indeterminado creado por el residuo emocional de un límite artificial”, los límites, en variadas ocasiones, pueden presentarse como pretexto por miedos o asociaciones personales que impiden un avance significativo.

El encuentro físico-corporal abre posibilidades de movimiento y genera proyección de sentimientos; en este punto entra el manejo de la conciencia corporal. En diversas ocasiones el cuerpo no se dispone a expresar y, al querer obligarlo a sentir, se generan tensiones. Un ejemplo común de ello sucede al forzar el llanto, cuya expresión dada en sus clases por el profesor Salvador Álvarez¹⁷ es “estreñimiento emocional”. Él pide relajar el pecho y la cara para permitir que surjan las emociones. Por su parte, el maestro Jesús Angulo sugiere “abrir llaves”, esto es, profundizar en el pensamiento, en la creación de imágenes y, por tanto, dejarse fluir, al igual que la emoción en turno, no importa si es furia, odio, alegría o resentimiento: se abre una invitación a disfrutarlo.

Hay detalles que ocurren cuando las individualidades no se conservan fuertes y, en consecuencia, el entrenamiento grupal tambalea. La diversidad de herramientas permite al actor elegir las adecuadas de acuerdo a su naturaleza. La importancia de estas radica en el continuo manejo a favor del desarrollo propio para que, en las propuestas que se lleguen a presentar –movimientos, acciones y palabras– no se carezca de destreza, no permita que se estanque en una zona de confort o la repetición, ni vicios que, a lo largo de la vida, se han desarrollado en el ser conforme a experiencias vividas, sino que se logre una mayor libertad y exigencia en la formación.

El *training* es una herramienta de apoyo cuando se encuentran dificultades durante el proceso de creación, sobre todo cuando el ser se siente estancado. Es aquí donde interviene la educación en la que se está inmiscuido dentro de una institución y se hace evidente el proceso de modelación corporal donde se destacan logros, transformaciones y, sobre todo, el disfrute (Ferreiro, 2007: 35). Es necesario que esta conciencia lleve a la entrega y compromiso en la formación, pues en ocasiones es fácil culpar a un guía o al organismo que sirve de respaldo, sin aceptar la importancia que adquiere el ser alumno, así como la disposición y apertura al conocimiento para la cosecha de frutos.

Creaciones...

La perfección del actor constituye un acto que trasciende los tibios actos de la vida cotidiana frente a los conflictos internos entre el cuerpo y el

alma, el intelecto y el sentimiento, los placeres fisiológicos y las aspiraciones espirituales.

Jerzy Grotowski, *Hacia un teatro pobre*

De inicio, es necesario que los artistas tomen conciencia de la transformación en su ámbito profesional, sensibilizarse ante el cambio y la deconstrucción. El actor se encuentra en el tránsito constante de la creatividad a la creación, pues hay un continuo desarrollo de sus atributos, lo que permite el enriquecimiento de diversas trayectorias, no solo las de sí mismo, sino las de los que lo rodean. Este desarrollo también se logra, principalmente, con los compañeros de escena, con quienes comparte el proceso de creación y, posteriormente, la exposición hacia el espectador.

Es necesaria una concientización corporal la cual se puede lograr, por ejemplo, a partir de la técnica de “trance” propuesta por Grotowski (2009: 10), en la que la integración de las potencias psíquicas y corporales del actor, dirigidas hacia la desnudez total y la exposición absoluta de la intimidad de este, permite el reconocimiento de las articulaciones y el sistema óseo-muscular a partir de masajes para la relajación.

Como experiencia propia, rescato una enseñanza adquirida en el taller impartido por el maestro Nicolás Núñez titulado “Taller de investigación teatral, una experiencia universitaria”, dentro del Congreso Internacional de la Asociación Mexicana de Investigación Teatral: Artes Escénicas y Universidad en el siglo XXI, realizado en Toluca, Estado de México, 2014. En este, él invitaba a formar un círculo y “terminar de llegar”, puesto que en muchas ocasiones todo lo que nos rodea influye directamente en alguno de nuestros elementos que conforman el *holos*, circunstancias que nos persiguen y no permiten poner “atención”; en otras palabras, se busca estar en estado de “tensión” o de “alerta” en el sentido de esfuerzo o exaltación. Entonces, es necesario dejar fuera de la estancia en donde nos encontramos todo aquello que estorba al proceso de creación.

Para dar continuidad a la propuesta de Grotowski, es importante resaltar la función de las actividades a realizar en el proceso del *training* en el ámbito físico:

1. El calentamiento, cuyos ejercicios aporten la circulación que el cuerpo necesita para las funciones a desarrollar, es decir, activación.
2. Identificación del centro de gravedad, en el cual se apoya la estabilidad y dirección de energía, cuya conciencia estará presente en tareas posteriores.
3. Ejercicios de elasticidad, resistencia y motricidad, con los que se aporten al cuerpo diversos tipos de posibilidades de expansión, coordinación y desenvolvimiento.
4. Fragmentación corporal, para identificar las funciones de cada parte que compone al ser y dar sentido a lo que estas realizan, pues existe diferencia entre el manejo del cuerpo como un todo, y una parte de él de manera específica.
5. *Holos humano*, donde se hace conciencia de la totalidad. Se enfoca en la elasticidad, ya no física, sino de apertura, que permite una autonomía para lograr fluidez, organicidad y verosimilitud.

Es importante dirigir estos los ejercicios de manera correcta para despertar al organismo y movilizar sus recursos escondidos. Si se toma como mera repetición, sin sentido alguno, no quedará más que en simple bienestar ocasional.

Con lo anterior, el actor puede dar respuesta a las siguientes preguntas: ¿Qué limitantes tengo? –Pueden ser físicos o mentales–, ¿qué atributos debo aprovechar a favor de mi trabajo personal? y ¿Qué cualidades poseo para el apoyo a mis demás compañeros? Al identificar las problemáticas individuales se da paso a la eliminación de resistencias y obstáculos para que exista la revelación profunda a través de las expresiones corporales. Dicho descubrimiento lo sugiere Grotowski al mencionar el interés del trabajo del actor como ser humano, cuyo “gesto” será perceptible en el contacto y encuentro con otra persona; esto es, la comprensión e impresión de experiencia humana y, en consecuencia, la revelación de su condición, identificación y complejidad del ser.

Algunos resultados que se obtienen con el *training*, una vez que se tiene el dominio del cuerpo holístico, son los siguientes: se deja de lado la preocupación del aspecto técnico, y se brinda la oportunidad de que las emociones fluyan, se descubren los aspectos desconocidos del cuerpo, además de que se logra un trabajo mucho más complejo que expande el conocimiento y las experiencias compartidas en escena, un aula de clases, un ejercicio grupal, bitácoras, etcétera.

Con el trabajo personal los actores puede alcanzar al *personaje holístico*, término empleado por Carlos Robles (2006) –este posee relación con el método de análisis impartido por el profesor Humberto Florencia,¹⁸ basado a su vez, en el método de Luisa Josefina Hernández– el cual versa respecto a la complejidad del personaje, en donde el fin no es necesariamente ser moralizante al distinguir lo bueno y lo malo, sino comprender las diferentes posturas e interacciones con los demás personajes desde su propia realidad y cómo llegan a influir en las decisiones de dicho personaje.

La creación a través del “yo soy” permite que no solo se creen conductas, sino que también da paso a la invención de formas y esencias, lo que permite al cuerpo del actor ser un símbolo en el escenario totalmente. Con el personaje holístico se consigue la “plasticidad corporal” transformada, como la creación de alegorías, la omisión del uso de escenografía y las creaciones con el cuerpo –ya sea de manera individual o grupal– tanto en estructuras establecidas, o bien, nuevas e innovadoras que se generen en el proyecto que se trabaje. Esta labor es similar a la que realiza Dora Arreola con su agrupación *Mujeres en ritual*. Ella ve su tarea “como algo más abstracto, quizá poético, más plástico-visual-físico-corporal-dancístico” y logra que los movimientos, acciones y todo aquello que se realice en escena tenga relación con “crear vida en el escenario” (Arreola y Alfonso, 2014: 27).

También los ejercicios para la mejora de la voz son de importancia, ya que esta se incorpora en la creación de sonidos para reemplazar otros elementos de audio o grabaciones, y crear con la emisión y articulación de la voz, junto con diversas partes que constituyen al cuerpo y compañeros

de escena, los elementos sonoros de la obra. Esto se realiza con la intención de minimizar el uso de recursos materiales y utilizar al máximo los elementos corporales para la producción teatral, porque el actor total, gracias a su *training*, puede proponer, trabajar y lograr la ambientación que la puesta en escena requiere.

A manera de conclusión

Uno de los aspectos más importantes para la sociedad actual es que esta reconozca la necesidad de incorporar asignaturas artísticas desde niveles educativos básicos, que sirvan como cimiento para el desarrollo personal del hombre, y que estas promuevan la creatividad para ir más allá de la reproducción de lo ya existente. El aprendizaje significativo se logrará gracias al apoyo en este rubro, pues la educación artística es una parte esencial para la preparación y desarrollo de todos los seres, que no se limita solo a aquellos que se dirigen hacia el estudio artístico, ya que el arte no solo lleva al reconocimiento personal, sino también a la trascendencia y la transformación, al trabajo sobre sí mismo y la relación con los demás.

Aunado a lo anterior, también es importante direccionar de manera positiva a los medios de comunicación, dado que sus funciones son informar, entretener, educar, persuadir, orientar y formar opiniones, así como aportar infinidad de posibilidades y elecciones de acuerdo a la libertad que se posee. Por tanto, se debe solicitar la correcta utilización de estos medios para lograr un bienestar humano.

En el caso de los actores y actrices, el descubrimiento, desarrollo y progreso de sus habilidades permitirá un desenvolvimiento profesional más completo, pues serán competentes no solo al resolver, sino al realizar creaciones enriquecedoras; poseerán la capacidad de proyección y transformación corporal, tanto interna como externamente; tendrán la experiencia para prescindir de una escenografía, música, sonidos grabados, vestuario o iluminación, pues su cuerpo poseerá la energía para hacer frente a la falta de estos elementos, y hará presente lo inexistente, ya sean esencias o formas, gracias a la correcta práctica del *training*.

La preparación artística, como lo hemos visto a lo largo de estas páginas, presupone diferentes elementos en juego: conocimientos, pensamientos, imágenes, acciones en el presente, que brindan la capacidad de crear y creer en mundos invisibles, y que el espectador vaya hacia esos mundos; investigación, ejercicio, exploración, experimentación o montaje, donde el aprendizaje permanece en el rescate de cada momento importante durante el proceso, de inicio a fin; análisis, interpretación, administración de energía, conciencia de equilibrio en el espacio, templanza, limpieza técnica, entrega total hacia el personaje y dar algo del carácter más puro del ser al público, con el fin de ofrecer un trabajo creativo y no un simple espectáculo.

Todo ello tiene una conexión, un hilo conductor que puede llegar a ser cortado, pero en esencia permanece y se pugna por realizar amarres mucho más sólidos a pesar de haber sido, en algún momento, seccionado. He aquí la riqueza de no solo laborar de manera individual; el trabajo en conjunto permite que la naturaleza del ser sea retroalimentada, crezca y se construya más allá de los límites establecidos.

Referencias

- Arreola, Dora y Sergio Rommel Alfonso Guzmán (2014), *Mujeres en ritual: Género y transformación*, Tijuana, México, CONACULTA, 167 pp.
- Barba, Eugenio (1987), *Más allá de las islas flotantes*, Buenos Aires, Firpo & Dobal, 141 pp.
- Barba, Eugenio y Nicola Savarese (2009), *El arte secreto del actor. Diccionario de antropología teatral*, México, Escenología, 369 pp.
- Bossio, Flavia (2013), Cuerpo “Código Abierto”. *Eje 7: Políticas del Cuerpo, VII Jornadas de Jóvenes Investigadores*, Buenos Aires, Instituto de Investigaciones Gino Germani, FADU-UBA, 16 pp.
- Fediuk, Elka (2014), “Formación teatral universitaria: Experiencia y perspectivas”, *Conferencia magistral en el Congreso Internacional de la Asociación Mexicana de Investigación Teatral: Artes Escénicas y Universidad en el siglo XXI*, celebrada del 15 al 18 de octubre de 2014 en Toluca, Estado de México, AMIT-UAEMéx.
- Ferreiro, Alejandra (2007), “Cuerpo, disciplina y técnica: Problemas de la formación dancística profesional”, *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, vol. 9, núm. 2, México, Universidad Intercontinental, julio-diciembre, pp. 25-48.
- Fo, Dario (1998), *Manual mínimo del actor*, España, Hiru, 423 pp.
- González Di Pierro, Eduardo (1991), “III. Cuerpo y subjetividad”, *La subjetividad y el cuerpo, un ensayo sobre Merleau-Ponty*, México, ITAM, http://biblioteca.itam.mx/estudios/estudio/letras25/notas1/sec_5.html . Consultado el 16 de octubre de 2015.
- Grotowski, Jerzy (2009), *Hacia un teatro pobre*, México, Siglo XXI Editores, 233 pp.
- Islas, Hilda (1995), *Tecnologías corporales: Danza, cuerpo e historia*, México, INBA, 250 pp.
- Le Breton, David (1994), “Lo imaginario del cuerpo en la tecnociencia”, *Reis: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, núm. 68, España, Universidad de Strasbourg, pp. 197-210.
- Meneghelli, Eduardo (2012), *Clases de Teatro. Quién es Grotowski*. Fragmento [sic] [Vídeo online] disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=2ftztd03sb0> . Consultado el 14 de diciembre de 2015.
- Merleau-Ponty, Maurice (1994), *Fenomenología de la percepción*, España, Planeta-Agostini, 456 pp.
- Müller, Carol (2007), *El training del actor*, México, CONACULTA-UNAM-INBA, 159 pp.
- Muñoz Corvalán, José Luis (2012), “La cultura en la sociedad actual”, *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, Universidad de Málaga, noviembre, www.eumed.net/rev/cccss/22/ . Consultado el 23 de enero de 2017.
- Robles Cruz, Carlos (2006), *Drama holista: Arte del movimiento en el tiempo-espacio*, México, Escenología, 140 pp.
- Tourón, Javier (2012), *8 razones por las que atender la Alta Capacidad y el Talento*, <http://www.javiertouron.es/2012/04/8-razones-por-las-que-atender-la-alta.html> . Consultado el 10 de febrero de 2017.

- Vargas, Eugenia (2013), "El retorno al cuerpo original", *Revista Eva 4 Adanes de cultura y análisis*, núm. 1, año 1, México, Universidad Autónoma de la Ciudad de México, febrero, pp. 24-27.
- Zermeño Saucedo, Raúl (1995), "La enseñanza del teatro", *Perfiles Educativos*, núm. 68, México, Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación, unam, abril-junio, pp. 58-59, <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=13206813> . Consultado el 18 de mayo de 2015.

Notas

- 1 En este artículo se emplean expresiones como ser, hombre, ser humano o ser persona las cuales hacen referencia a la concepción unívoca del humano como grupo social sin consideraciones particulares.
- 2 Término que está presente a lo largo del artículo y es explicado a detalle en uno de los apartados del mismo, en donde se establece su significado y la importancia que posee dentro del ámbito teatral.
- 3 Raúl Zermeño Saucedo fue director y docente fundador de la Facultad de Teatro en la Universidad Veracruzana, catedrático de la Licenciatura en Arte Dramático/Artes Teatrales en la Universidad Autónoma del Estado de México, director escénico de la Compañía Nacional de Teatro y del inba, así como director de la Organización Teatral de la Universidad Veracruzana.
- 4 Director italiano, discípulo de Jerzy Grotowski; juntos se consideran grandes renovadores de la escena. Es el inventor, junto a Nicola Savarese y Ferdinando Taviani, de la "antropología teatral" como concepto. Él concibe al actor como un operador de energía: "La energía –literalmente en-ergein: entrar a trabajar – es la movilización de nuestras fuerzas físicas, intelectuales, cuando afrontan una tarea, un problema, un obstáculo. Es la capacidad del individuo para intervenir en el ambiente circundante adaptándose o adaptándolo. Tan sólo cuando existe una relación con algo preciso, la energía individual se modelará en una acción precisa" (Barba, 1987: 141).
- 5 Frase del Dr. Javier Tourón, cuya carrera de investigación se encuentra enfocada en el desarrollo del talento académico en jóvenes de alta capacidad.
- 6 De la raíz theos que significa "vivir en Dios"; concepto explicado por Patricia Cardona en la Dramaturgia del bailarín: Cazador de mariposas.
- 7 Actor y director de teatro, fundador y director del Taller de Investigación Teatral en la unam, desde 1975 a la actualidad.
- 8 Director polaco que ha tenido gran influencia en el teatro contemporáneo; entiende al teatro como un espacio para la comunicación espiritual, donde se celebra una ceremonia que lleva a los espectadores a la catarsis. Para él, la representación es un acto ritual en el cual el público queda implicado directamente, pues se sitúa muy cerca de los actores. Asimismo, Grotowski investiga profundamente sobre la naturaleza de la actuación y rechaza la idea del "Teatro Total", pues suprime elementos como vestuario, iluminación, escenografía y musicalización –a excepción del actor–; define la pureza del teatro como "pobre" e instaura un entrenamiento que permite al actor construir su propio lenguaje a partir de sus dos principales herramientas: el cuerpo y la voz.
- 9 Término que se aborda desde una concepción filosófica, cuya connotación se dirige hacia una actitud integradora, en donde los elementos se encuentran todos unidos, en conjunto.
- 10 La holística, estudio del holos humano, proviene del prefijo griego hol u holos y significa "todo", en cuanto a una actitud integradora; en el holos se busca el reconocimiento y las potencializaciones de los atributos del ser humano.
- 11 Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (2014) de la Secretaría de Cultura.

- 12 Definición de Raúl Zermeño Saucedo, quien en sus clases explicaba de manera sintética y precisa los elementos constitutivos de la ficción. Como parte de la generación 2009-2014 de la Licenciatura en Artes Teatrales, dicho término se abordó desde el primer acercamiento a la actuación en la asignatura de Universo Pre-expresivo al ser un concepto fundamental para el trabajo del actor.
- 13 Esta idea es similar a la elección del tipo de actor según Nicolás Núñez, mencionada supra en este artículo.
- 14 Plan de estudios 2004-2015 de la Licenciatura en Artes Teatrales, Facultad de Humanidades de la Universidad Autónoma del Estado de México.
- 15 “La instrucción y ejercicio sistemáticos en algún arte, profesión u ocupación con el propósito de adquirir destreza de él”. Traducción realizada por Carol Müller (2007).
- 16 Actor, director y docente de la Licenciatura en Artes Teatrales de la uaeméx en el área de Actuación y Producción teatral.
- 17 Actor, director y, en su momento, docente de la Licenciatura en Artes Teatrales de la uaeméx, en el área de Actuación y Ortofónico-musical.
- 18 Escritor, dramaturgo y docente de la Facultad de Humanidades de la uaeméx.

Notas de autor

- * Rosalba Lizbeth Andrade-Esparza: Actriz egresada de la licenciatura en Artes Teatrales de la uaeméx. Integrante de los grupos teatrales Valija Teatro y Los ojos de Edipo, con los que ha participado en diversas puestas en escena, entre ellas *Esta vida es un teatro*, obra con la que fue acreedora al Reconocimiento a Mejor actriz en el Festival Internacional de Teatro Universitario, edición 2014. Ha trabajado con grupos pertenecientes a la Compañía Universitaria de Teatro de la uaeméx, al igual que con otros grupos de teatro y música independientes de las ciudades de Toluca y Metepec. Ha impartido talleres de danza y teatro con el gran interés de acercar al público infantil y juvenil al arte teatral y escénico, a fin de crear un gusto y participación activa en el ámbito cultural.